

FICHA RESUMO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

Entidade proponente Federação de Patinagem de Portugal

Curso de Treinadores de Hóquei em Patins

Grau II

Requisitos específicos de acesso ao Curso de Treinadores a cumprir pelos candidatos

Carga Horária Total

60

Unidades de Formação	Carga Horária		
	Componente Prática	Componente Teórica	Total de Horas
1. Terminologia e Simbologia no Hóquei em Patins	2	2	4
2. Regras e Arbitragem	2	2	4
3. Tática Individual no Hóquei em Patins	4	4	8
4. Tática grupal no Hóquei em patins	4	4	8
5. Tática Coletiva hóquei em patins	4	6	10
6. Powerplay e underplay	2	2	4
7. O Guarda Redes na etapa de especialização	2	2	4
8. Observação de Jogo	2	2	4
9. Fatores de Rendimento no Hóquei em Patins	2	2	4
10. Desenvolvimento do Hoquista a longo prazo		2	2
11. Planeamento específico do hóquei em patins	2	2	4
12. Desenvolvimento das capacidades motoras no hóquei em patins		4	4

Condições Logísticas para a Realização do Curso de Treinadores		
Instalações	Equipamentos/Instrumentos Pedagógicos	Outras
<p>Para as sessões teóricas é necessária uma sala em formato auditório com capacidade mínima de 30 pessoas.</p> <p>Para as sessões práticas é necessária uma pista de hóquei em patins, balizas e 2 balneários para os formandos ou os atletas se poderem equipar.</p>	<p>Nas sessões teóricas deve ser disponibilizado um projetor de vídeo com som.</p> <p>Os instrumentos pedagógicos como as fichas de trabalho serão da responsabilidade da entidade formadora, com recurso aos seus equipamentos.</p> <p>Nas sessões práticas será necessário fornecer o material específico para treino: bolas, sinalizadores, colchões, bancos, coletes.</p>	<p>Para algumas sessões caso seja possível, pode-se recorrer à participação de atletas de idades compreendidas entre os 14 e 20 anos (20 jogadores de campo e 4 guarda-redes) para as sessões práticas.</p> <p>Como alternativa os formandos podem desempenhar a função de atletas para os colegas.</p> <p>Para o bom funcionamento do curso é necessário ter dois secretários para a gestão dos processos administrativos.</p>

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	1. Terminologia e Simbologia no Hóquei em Patins
---------------------	--

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	2 horas	COMPONENTE TEÓRICA:	2 horas	TOTAL DE HORAS:	4
---------------------	---------	---------------------	---------	-----------------	---

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
1.1 O campo/espço de jogo	DURAÇÃO				Adotar uma linguagem universal na modalidade.	Identifica e utiliza a terminologia específica do Hóquei em Patins.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP		CT	2			
1.1.1. A divisão do espaço 1.1.2. Corredores (central e laterias) 1.1.3. Zona de transição defesa/ataque 1.1.4. Zona de construção/contenção 1.1.5. Zona de finalização: Longa distância, média e curta 1.1.6. Zona de transição ataque /defesa 1.1.7. Zona de pressão média/alta 1.1.8. Linhas defensivas 1.1.9. Zonas pressionantes 1.1.10. Campograma					Descrever a terminologia adequada. Diferenciar as fases do jogo utilizando uma terminologia uniformizada e correta.		
1.2 O jogo	DURAÇÃO				Identificar e distinguir, técnica, tática, modelo de jogo e sistema de jogo.	Elabora ações técnicas, táticas, modelos de jogo e sistemas de jogo de acordo com a equipa.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP	1	CT				
1.2.1. Técnica 1.2.2. Tática 1.2.3. Modelo de jogo 1.2.4. Sistemas de jogo							
1.3 Simbologia	DURAÇÃO				Planificar unidades de treino utilizando uma terminologia	Relaciona a terminologia específica do Hóquei em Patins com os aspetos	Fichas de trabalho e avaliações
	CP	1	CT				



<p>1.3.1. Ações 1.3.2. Posições/funções dos jogadores</p>	<p>uniformizada e correta.</p>	<p>específicos do jogo e das unidades de treino.</p>	<p>escritas.</p>
---	--------------------------------	--	------------------

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	2. Regras e Arbitragem
---------------------	------------------------

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	<input type="text" value="2"/> horas	COMPONENTE TEÓRICA:	<input type="text" value="2"/> horas	TOTAL DE HORAS:	<input type="text" value="4"/>
---------------------	--------------------------------------	---------------------	--------------------------------------	-----------------	--------------------------------

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
2.1 Regras de jogos	DURAÇÃO				Identificar e interpretar as alterações introduzidas nas regras do jogo.	Aplica as novas regras em situações de jogo.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP	1	CT	2			
2.1.1. Revisão das eventuais alterações às regras 2.1.2. Interpretações oficiais às regras de jogo 2.1.2.1. Bloqueios 2.1.2.2. Simulações 2.1.2.3. Faltas graves 2.1.2.4. Faltas muito graves 2.1.2.5. Marcação de penaltis 2.1.2.6. Marcação de livres diretos 2.1.2.7. Contacto nas tabelas 2.1.2.8. Ação da mão livre 2.1.2.9. powerplay e undeploy							
2.2 Relação Treinador – Árbitro	DURAÇÃO				Identificar as normas de conduta dos treinadores perante os árbitros.	Refere os comportamentos exigidos ao treinador antes e durante o jogo.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP	1	CT				
2.2.1. O que esperam os árbitros do treinador de grau II 2.2.2. O que espera o treinador de grau II do árbitro							

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	3. Tática Individual no Hóquei em Patins
---------------------	--

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	4 horas	COMPONENTE TEÓRICA:	4 horas	TOTAL DE HORAS:	8
---------------------	---------	---------------------	---------	-----------------	---

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
3.1 Tática Individual Ofensiva	DURAÇÃO				Identificar a execução correta das diferentes ações técnico-táticas.	Identifica e descreve as ações técnico-táticas.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP	1	CT	1			
3.1.1. Passe e continuação 3.1.1.1. Passe e corte 3.1.1.2. Passe e vai 3.1.1.3. Passe e ajusta 3.1.2. Desmarcação 3.1.2.1. Direta 3.1.2.2. Combinada 3.1.2.3. Fatores de sucesso da desmarcação 3.1.3. Aclaramento 3.1.4. Bloqueio 3.1.4.1. Bloqueio direto 3.1.4.1.1. Variantes do bloqueio direto 3.1.4.2. Bloqueio indireto 3.1.4.2.1. Variantes do bloqueio indireto 3.1.4.3. Duplo bloqueio 3.1.5. Cortina 3.1.6. Ecrã					Conhecer as progressões pedagógicas para o ensino das várias ações técnico-táticas. Identificar os erros mais comuns. Aplicar as melhores para correção dos erros identificados.	Enuncia os erros mais comuns. Elabora exercícios para execução das referidas ações técnico-táticas.	
3.2 Tática Individual Defensiva	DURAÇÃO				Identificar a execução correta das diferentes ações técnico-táticas.	Identifica e descreve as ações técnico-táticas.	Fichas de trabalho e avaliações
	CP	1	CT	1			



<p>3.2.1. Marcação ao portador da bola</p> <p>3.2.1.1. Marcação à distancia</p> <p>3.2.1.2. Marcação de contenção</p> <p>3.2.1.3. Marcação pressionante</p> <p>3.2.1.4. Marcação para desarme</p> <p>3.2.2. Marcação do jogador sem bola</p> <p>3.2.2.1. Quanto à distância</p> <p>3.2.2.1.1. Marcação à distancia</p> <p>3.2.2.1.2. Marcação de contenção</p> <p>3.2.2.1.3. Marcação pressionante</p> <p>3.2.2.2. Quanto à zona do jogador</p> <p>3.2.2.2.1. Fora da área</p> <p>3.2.2.2.2. Dentro da área</p> <p>3.2.2.2.3. Do mesmo corredor</p> <p>3.2.2.2.4. Do corredor contrário</p> <p>3.2.2.2.5. Atrás da baliza</p> <p>3.2.3. Linha baliza-Baliza</p> <p>3.2.4. Ajuda/apoio</p> <p>3.2.5. Sobremarcação</p>	<p>Conhecer as progressões pedagógicas para o ensino das várias ações técnico-táticas.</p> <p>Identificar os erros mais comuns.</p> <p>Aplicar as melhores para correção dos erros identificados.</p>	<p>Enuncia os erros mais comuns.</p> <p>Elabora exercícios para execução das referidas ações técnico-táticas.</p>	<p>escritas.</p>									
<p>3.3 O treino da Tática Individual</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="4">DURAÇÃO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>CP</td> <td>2</td> <td>CT</td> <td>2</td> </tr> </tbody> </table>	DURAÇÃO				CP	2	CT	2	<p>Relacionar os conceitos técnico-táticos com os conceitos de planeamento do treino.</p>	<p>Executa e organiza um planeamento das aprendizagens técnico-táticas.</p>	<p>Avaliações escritas</p> <p>Avaliações práticas</p>
DURAÇÃO												
CP	2	CT	2									
<p>3.3.1. Elaboração de exercícios</p> <p>3.3.2. Elaboração das unidades de sessão de treino</p> <p>3.3.3. Elaboração de Microciclos</p> <p>3.3.4. Elaboração de mesociclos</p>												

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	4. Tática grupal no Hóquei em patins
---------------------	--------------------------------------

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	4 horas	COMPONENTE TEÓRICA:	4 horas	TOTAL DE HORAS:	8
---------------------	---------	---------------------	---------	-----------------	---

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA		CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
4.1 Tática grupal ofensiva	DURAÇÃO				1	Identificar e dominar as situações de tática grupal nas várias zonas do campo.	Domina as ações de tática grupal nas várias zonas. Identifica os erros em situação de exercício analítico. Elabora exercícios ajustados às várias zonas dos campos.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP	1	CT	1				
4.1.1. Tática grupal ofensiva a 2 jogadores 4.1.1.1. Ações no corredor central 4.1.1.2. Ações nos corredores laterais 4.1.1.3. Ações interiores 4.1.1.4. Ações Atrás da baliza 4.1.1.5. Ações a ¾ de pista 4.1.2. Tática grupal ofensiva a 3 jogadores 4.1.2.1. Ações no corredor central 4.1.2.2. Ações nos corredores laterais 4.1.2.3. Ações interiores 4.1.2.4. Ações Atrás da baliza 4.1.2.5. Ações a ¾ de pista								
4.2 Tática grupal defensiva	DURAÇÃO				1	Identificar e dominar as situações de tática grupal defensiva. Distinguir ajuda e troca defensiva.	Aplica os conceitos defensivos em situação de jogo. Refere as diferenças da troca e ajuda. Elabora exercícios de acordo com os princípios da tática grupal defensiva.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP	1	CT	1				
4.2.1. Apoio ao marcador da bola 4.2.2. Troca 4.2.3. Ajuda e segunda ajuda 4.2.4. Pressão a 2 ou 3 jogadores 4.2.4.1. Trap 4.2.5. Defesa a ações táticas:								



4.2.5.1. Defesa a cortes para a área 4.2.5.2. Defesa ao bloqueio direto 4.2.5.3. Defesa ao bloqueio indireto 4.2.5.4. Defesa ao duplo bloqueio 4.2.5.5. Defesa a cortinas 4.2.5.6. Defesa a ecrãs 4.2.5.7. Defesa atrás da baliza 4.2.5.8. Defesa ao jogador interior							
4.3 O treino da Tática grupal no Hóquei em patins	DURAÇÃO				Relacionar os conceitos técnico-táticos com os conceitos de planeamento do treino.	Executa e organiza um planeamento das aprendizagens técnico-táticas.	Avaliações escritas Avaliações práticas
	CP	2	CT	2			
4.3.1. Elaboração de exercícios 4.3.2. Elaboração das unidades de sessão de treino 4.3.3. Elaboração de Microciclos 4.3.4. Elaboração de mesociclos							

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	5. Tática Coletiva hóquei em patins
---------------------	-------------------------------------

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	4 horas	COMPONENTE TEÓRICA:	6 horas	TOTAL DE HORAS:	10
---------------------	---------	---------------------	---------	-----------------	----

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO	
5.1 Os métodos de jogo	DURAÇÃO				Identificar e distinguir os diferentes métodos de jogo.	Classifica e aplica os diferentes métodos consoante os diferentes contextos.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.	
	CP		CT	2				
5.1.1. Método Rígido					Identificar e caracterizar os conceitos dos diferentes métodos de jogo ofensivo.	Identifica os princípios gerais do ataque organizado.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.	
5.1.2. Método Livre								
5.1.3. Método conceptual								
5.2.1. Ataque organizado								
5.2 Métodos de jogo ofensivo	DURAÇÃO				Identificar os princípios do contra-ataque.	Aplica os conceitos do contra-ataque.	Elabora exercícios de treino dos métodos de jogo ofensivo.	
	CP	1	CT	1				
	5.2.1.1. 2:2							
	5.2.1.2. 3:1							
	5.2.1.3. 1:3							
	5.2.1.4. 1:2:1							
	5.2.2. Transição ofensiva – Contra-ataque							
5.2.3. Transição rápida ofensiva								
5.3 Métodos de jogo defensivo	DURAÇÃO				Distinguir os diferentes sistemas defensivos.	Identifica os princípios gerais da defesa ao ataque organizado.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.	
	CP	1	CT	1				



5.3.1. Defesa a ataque organizado 5.3.1.1. Individual 5.3.1.2. Zonal 5.3.1.3. Misto 5.3.2. Transição defensiva 5.3.2.1. Defesa ao Contra-ataque 5.3.2.2. Defesa à transição rápida 5.3.2.3. Outros modelos específicos da transição defensiva	Identificar os princípios defensivos de cada método de jogo defensivo. Identificar dos pontos fortes e fracos dos métodos de jogo defensivo	Aplica os conceitos defensivos do contra-ataque. Elabora exercícios de treino dos métodos de jogo defensivo.	escritas.	
5.4 O treino da Tática Coletiva hóquei em patins	DURAÇÃO		Avaliações escritas Avaliações práticas	
	CP	2		CT
5.4.1. Elaboração de exercícios 5.4.2. Elaboração das unidades de sessão de treino 5.4.3. Elaboração de Microciclos 5.4.4. Elaboração de mesociclos	Relacionar os conceitos técnico-táticos com os conceitos de planeamento do treino.	Executa e organiza um planeamento das aprendizagens técnico-táticas. Seleciona o(s) melhore(s) método(s) de acordo com diferentes contextos.		

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	6. Powerplay e underplay
---------------------	--------------------------

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	2 horas	COMPONENTE TEÓRICA:	2 horas	TOTAL DE HORAS:	4
---------------------	---------	---------------------	---------	-----------------	---

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
6.1 Powerplay	DURAÇÃO				Identificar as diferentes situações de Powerplay.	Identifica os princípios gerais em situação de defesa e ataque nas diferentes situações de Powerplay.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP		CT	1			
6.1.1. Caracterização do powerplay					Relacionar as ações ofensivas de Powerplay em relação à estratégia defensiva do adversário.	Domina um repertório de soluções táticas para jogar em situação de Powerplay.	Elabora exercícios em que se verifique situações de Powerplay.
6.1.2. Ataque em powerplay							
6.1.3. Defesa em powerplay							
6.2 Underplay	DURAÇÃO				Identificar as diferentes situações de Underplay.	Identifica os princípios gerais em situação de defesa e ataque nas diferentes situações de Underplay.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP		CT	1			
6.2.1. Caracterização do underplay					Relacionar as ações ofensivas de Underplay em relação à estratégia defensiva do adversário.	Domina um repertório de soluções táticas para jogar em situação de Underplay.	Elabora exercícios em que se verifique situações de Underplay.
6.2.2. Ataque em underplay							
6.2.3. Defesa em underplay							



6.3 O treino do Powerplay e underplay	DURAÇÃO				Relacionar os conceitos táticos de Underplay e Powerplay com os conceitos de planeamento do treino.	Executa e organiza um planeamento das aprendizagens e desenvolvimento do tático do Underplay e Powerplay.	Avaliações escritas Avaliações práticas
	CP	2	CT				
6.3.1. Elaboração de exercícios							
6.3.2. Elaboração das unidades de sessão de treino							
6.3.3. Elaboração de Microciclos							
6.3.4. Elaboração de mesociclos							

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	7. O Guarda Redes na etapa de especialização
---------------------	--

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	<input type="text" value="2"/> horas	COMPONENTE TEÓRICA:	<input type="text" value="2"/> horas	TOTAL DE HORAS:	<input type="text" value="4"/>
---------------------	--------------------------------------	---------------------	--------------------------------------	-----------------	--------------------------------

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
7.1 O perfil do Guarda Redes de Hóquei em patins na etapa de especialização	DURAÇÃO				Selecionar as melhores técnicas de defesa de acordo com as características dos atletas.	Efetua um plano de trabalho individual para cada G.R.	Fichas de trabalho e avaliações escritas
	CP		CT	1			
7.1.1. Capacidades Físicas					Conhecer e identificar a tipologia dos diferentes guarda-redes.	Identifica as cargas físicas dos atletas.	Otimiza o treino de acordo com a tipologia de guarda-redes.
7.1.2. Capacidades Psicológicas							
7.1.3. Capacidades técnicas							
7.1.4. Tipologia dos Guarda-redes							
7.2 Treino específico do GR – Variantes do treino	DURAÇÃO				Desenvolver formas de trabalho específico adequadas às dificuldades da posição.	Elabora uma U.T. onde os jogadores de campo sejam intervenientes diretos no treino do G.R.	Fichas de trabalho e avaliações escritas
	CP		CT	1			
7.2.1. Treino exclusivo de GR						Relaciona a preparação do jogador com as capacidades do próximo adversário, demonstrando a vantagem do conhecimento que deve ter sobre os eventuais opositores.	
7.2.2. Treino do GR no treino da equipa							
7.2.3. Treino complementar do GR							
7.3 O Treino específico do GR da etapa de especialização	DURAÇÃO				Relacionar os conceitos técnico-táticos do treino do guarda-redes	Executa e organiza um planeamento de	Avaliações escritas
	CP	2	CT				

7.3.1. Elaboração de exercícios 7.3.2. Elaboração das unidades de sessão de treino 7.3.3. Elaboração de Microciclos 7.3.4. Elaboração de mesociclos	com os conceitos de planeamento do treino.	desenvolvimento das técnicas e táticas do guarda-redes.	Avaliações práticas
--	--	---	---------------------

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	8. Observação de Jogo
---------------------	-----------------------

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	<input type="text" value="2"/> horas	COMPONENTE TEÓRICA:	<input type="text" value="2"/> horas	TOTAL DE HORAS:	<input type="text" value="4"/>
---------------------	--------------------------------------	---------------------	--------------------------------------	-----------------	--------------------------------

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
8.1 Observação do Jogo	DURAÇÃO				Selecionar as tarefas a observar.	Aplica o processo de observação.	Fichas de trabalho e avaliações escritas
	CP	2	CT	2			
8.1.1. Scouting					Distinguir e diferenciar os esquemas de jogo da equipa adversária.	Classifica, para efeitos de relatório, as situações mais importantes.	
8.1.2. Estatística de jogo							
8.1.3. Aspetos a observar							
8.1.4. Meios de observação							
8.1.5. Normas de observação							
8.1.6. Análise estatística							
8.1.7. Aspetos táticos a observar							
					Interpretar os erros e outros aspetos importantes.	Emprega os meios adequados à observação.	
					Perspetivar meios de observações atempadamente.	Organiza todo o documento de análise para posterior aproveitamento.	

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	9. Fatores de Rendimento no Hóquei em Patins
---------------------	--

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	<input type="text" value="2"/> horas	COMPONENTE TEÓRICA:	<input type="text" value="2"/> horas	TOTAL DE HORAS:	<input type="text" value="4"/>
---------------------	--------------------------------------	---------------------	--------------------------------------	-----------------	--------------------------------

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
9.1 Integração de fatores de rendimento no hóquei em patins	DURAÇÃO				Distinguir e relacionar, os vários fatores de rendimento do hóquei em patins.	Integra os vários fatores de rendimento do treino de hóquei em patins no planeamento do mesmo.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP	2	CT	2			
9.1.1.	Porquê a Integração dos fatores						
9.1.2.	O que são os fatores de rendimento						
9.1.3.	Que entendemos por treino integrado						
9.1.4.	Os fatores de rendimento						
9.1.5.	Princípios						
9.1.6.	O desenho do treino integrado						
9.1.7.	Planeamento do treino integrado						
9.1.8.	Aplicação prática						

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
UNIDADE DE FORMAÇÃO	10. Desenvolvimento do Hoquista a longo prazo				
PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III				

COMPONENTE PRÁTICA:	<input type="text"/> horas	COMPONENTE TEÓRICA:	<input type="text" value="2"/> horas	TOTAL DE HORAS:	<input type="text" value="2"/>
---------------------	----------------------------	---------------------	--------------------------------------	-----------------	--------------------------------

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
10.1 LTAD	DURAÇÃO				Distinguir com clareza os processos de adaptação dos jovens ao treino. <ul style="list-style-type: none"> Interpretar com segurança as diferenciações dos vários tipos de idades. Interagir face a essas diferenças. Planificar com objetividade os conceitos de treino a longo prazo. 	Desenvolve metodologias que se enquadram nos conhecimentos adquiridos. Usa processos simples na organização do seu trabalho. Atua em equilíbrio na construção dos seus referenciais de treino.	Fichas de trabalho e avaliações escritas
	CP		CT	2			
10.1.1. Conceitos gerais 10.1.2. Conceptualização técnica 10.1.3. Conceptualização tática 10.1.4. Conceptualização física 10.1.5. Conceptualização psicológica 10.1.6. A deteção de talentos no hóquei em patins							

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
---------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	11. Planeamento específico do hóquei em patins
---------------------	--

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	<input type="text" value="2"/> horas	COMPONENTE TEÓRICA:	<input type="text" value="2"/> horas	TOTAL DE HORAS:	<input type="text" value="4"/>
---------------------	--------------------------------------	---------------------	--------------------------------------	-----------------	--------------------------------

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO	COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO									
<table border="1"> <tr> <td rowspan="2">11.1 Planeamento e periodização do treino</td> <td colspan="4">DURAÇÃO</td> </tr> <tr> <td>CP</td> <td></td> <td>CT</td> <td>1</td> </tr> </table>	11.1 Planeamento e periodização do treino	DURAÇÃO				CP		CT	1	Identificar os conceitos de organização, planeamento e periodização do treino.	Executa o planeamento de uma equipa de acordo com as suas condicionantes.	Fichas de trabalho e avaliações escritas
11.1 Planeamento e periodização do treino		DURAÇÃO										
	CP		CT	1								
11.1.1. Pressupostos do planeamento do treino de Hóquei em Patins 11.1.2. Caracterização do esforço no Hóquei em Patins 11.1.3. Periodização do treino ao longo da temporada	Interpretar as diferenças na periodização do treino.											

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO	COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO									
<table border="1"> <tr> <td rowspan="2">11.2 Microciclo do treino de hóquei em patins</td> <td colspan="4">DURAÇÃO</td> </tr> <tr> <td>CP</td> <td></td> <td>CT</td> <td>1</td> </tr> </table>	11.2 Microciclo do treino de hóquei em patins	DURAÇÃO				CP		CT	1	Distinguir, caracterizar e estruturar os diferentes tipos de microciclo.	Elabora os diferentes tipos de microciclo de acordo com a fase da época ou da equipa em questão.	Fichas de trabalho e avaliações escritas
11.2 Microciclo do treino de hóquei em patins		DURAÇÃO										
	CP		CT	1								
11.2.1. Metodologia de organização do microciclo 11.2.2. Classificação dos microciclos 11.2.2.1. Microciclo padrão 11.2.2.2. De aprendizagem 11.2.2.3. De desenvolvimento 11.2.2.4. De carga 11.2.2.5. De aperfeiçoamento 11.2.2.6. De recuperação												

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO	COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO					
<table border="1"> <tr> <td>11.3 A sessão de treino de hóquei em patins</td> <td colspan="4">DURAÇÃO</td> </tr> </table>	11.3 A sessão de treino de hóquei em patins	DURAÇÃO				Distinguir, caracterizar e estruturar	Elabora os uma sessão de treino de	Fichas de trabalho e avaliações
11.3 A sessão de treino de hóquei em patins	DURAÇÃO							

	CP	2	CT				
11.3.1. Tipos de sessões 11.3.2. Duração das sessões 11.3.3. Forma das sessões 11.3.4. Estrutura das sessões 11.3.5. Objetivos da sessão					os diferentes tipos de sessões de treino.	acordo com os objetivos pretendidos.	escritas

FICHA_UNIDADE DE FORMAÇÃO

REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA

3 ENTIDADE PROPONENTE	Federação de Patinagem de Portugal	CURSO DE TREINADORES DE	Hóquei em Patins	GRAU	II
-----------------------	------------------------------------	-------------------------	------------------	------	----

UNIDADE DE FORMAÇÃO	12. Desenvolvimento das capacidades motoras no hóquei em patins
---------------------	---

PERFIL DO FORMADOR	Titular de TPTD de hóquei em patins de grau III
--------------------	---

COMPONENTE PRÁTICA:	<input type="text"/> horas	COMPONENTE TEÓRICA:	<input type="text" value="4"/> horas	TOTAL DE HORAS:	<input type="text" value="4"/>
---------------------	----------------------------	---------------------	--------------------------------------	-----------------	--------------------------------

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
12.1 Treino da Resistência no hóquei em patins	DURAÇÃO				Estruturar e aplicar o treino desta capacidade física em âmbito específico do hóquei em patins.	Elabora um conjunto de exercícios cujo objetivo é o treino desta capacidade física em âmbito específico do hóquei em patins.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP		CT	1			
12.1.1. Propostas práticas para o treino da resistência no hóquei em patins							

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
12.2 Treino da Força no hóquei em patins	DURAÇÃO				Estruturar e aplicar o treino desta capacidade física em âmbito específico do hóquei em patins.	Elabora um conjunto de exercícios cujo objetivo é o treino desta capacidade física em âmbito específico do hóquei em patins.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP		CT	1			
12.1.2. Propostas práticas para o treino da força no hóquei em patins							

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	FORMAS DE AVALIAÇÃO
12.3 Treino da Velocidade no hóquei em patins	DURAÇÃO				Estruturar e aplicar o treino desta capacidade física em âmbito específico do hóquei em patins.	Elabora um conjunto de exercícios cujo objetivo é o treino desta capacidade física em âmbito específico do hóquei em patins.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP		CT	1			
12.1.3. Propostas práticas para o treino da Velocidade no hóquei em patins							
12.4 Treino da Flexibilidade no hóquei em patins	DURAÇÃO				Estruturar e aplicar o treino desta capacidade física em âmbito específico do hóquei em patins.	Elabora um conjunto de exercícios cujo objetivo é o treino desta capacidade física em âmbito específico do hóquei em patins.	Fichas de trabalho e avaliações escritas.
	CP		CT	1			



12.1.4. Propostas práticas para o treino da Flexibilidade no hóquei em patins	específico do hóquei em patins.	capacidade física em âmbito específico do hóquei em patins.	escritas.
---	---------------------------------	---	-----------